9.008 Kurací rezeň obaľovaný v syre
100 porcií

Potravina	Veková skupina							
	A		B		C		D	
	Hmotnosť v kg							
	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
kuracie prsia			7,00	7,00	8,00	8,00	9,00	9,00
olej			2,00	2,00	2,50	2,50	3,00	3,00
syr tvrdý			1,00	1,00	1,10	1,10	1,20	1,20
vajcia			20	1,00	22	1,10	24	1,20
múka hladká			1,00	1,00	1,10	1,10	1,20	1,20
soľ			0,10	0,10	0,15	0,15	0,20	0,20
cesnak			0,10	0,09	0,10	0,09	0,15	0,13
paprika červená mletá			0,02	0,02	0,03	0,03	0,04	0,04
hmotnosť porcie v g			75		85		95	

Receptúra

Výrobný postup

Kuracie prsia umyjeme, osušíme, nakrájame na rezne, ktoré naklepeme, osolíme, potrieme prelisovaným cesnakom. Obalíme najskôr v rozšľahaných vajciach, v zmesi z múky, strúhaného syra a mletej červenej papriky. Po oboch stranách vypražíme v horúcom oleji.

Príloha: zemiaky na rôzny spôsob, zeleninové šaláty.

Nutričné zloženie 1 porcie

veková skupina	energetická hodnota		bielkoviny	tuky	kyselina linolová	sacharidy	vláknina	vápnik	železo	vitamíny				
										A	B_1	B_2	C	E
	kJ	kcal	g	g	g	g	g	mg	mg	mg	mg	mg	mg	mg
A														
B	1380	331	24,24	23,4	12,3	5,9	0,2	89,7	2,4	0,040	0,1	0,1	0,1	6,1
C	1654	397	27,68	28,8	15,3	6,7	0,3	103,1	2,7	0,045	0,1	0,2	0,1	6,9
D	1930	463	31,14	34,3	18,4	7,6	0,3	116,7	3,0	0,050	0,1	0,2	0,2	7,8